**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение - средняя общеобразовательная школа села Батурино Асиновского района Томской обл.**

«Принята» «Утверждаю»

педагогическим советом Директор

Протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2022 г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Чурилова Н.И.

.

**Программа**

**школьного спортивного клуба**  **«FAKEL»**

**для обучающихся 2 – 11 классов** **на 2022 – 2025 гг.**



Составитель программы:

учитель физической культуры

Обеднин С.М.

**с. Батурино**

**2022 г.**

«Каждый молодой человек должен осознать, что здоровый образ жизни – это его личный успех»

В.В. Путин

**Пояснительная записка**

Поддержание и укрепление здоровья нации, приобщение к занятиям физической культурой и спортом уже долгое время является одним из приоритетных направлений развития нашей страны. Ни одно другое социальное окружение нашего района не может оказать такого воздействия на формирование здоровой личности школьника, на развитие олимпийских видов спорта, какое может осуществить школа, которая является местом активной деятельности ребенка на протяжении 9 школьных лет. Именно здесь интенсивно развивается детский организм, происходит формирование здоровья. В настоящее время решение проблемы сохранения здоровья детей в системе образования становится актуальным не только для родителей, но и для педагогического коллектива образовательного учреждения. Многочисленные данные научных исследований и официальной статистики свидетельствуют о неблагополучной динамике основных показателей здоровья детей. На здоровье детей оказывают влияние множество факторов: экологическое состояние, образ жизни, качество оказания медицинских услуг и, конечно, отсутствие системы сохранения и укрепления здоровья детей. Поэтому и приходит осознание того, что именно школа должна стать важнейшим фактором сохранения и укрепления здоровья. Здоровье и успешность в обучении тесно связаны. Это и определило стратегию деятельности по данной проблеме нашего образовательного учреждения, которое находится вблизи химического предприятия ОАО «Дорогобуж». Согласно школьной медицинской статистике с каждым годом увеличивается процент детей, имеющих различные заболевания, в том числе и хронические. Учитывая, в школьном возрасте – происходит становление большинства физиологических функций, необходимо создавать условия, гарантирующие сохранение и укрепление здоровье детей. Педагогическому коллективу важно перестроить свою деятельность, чтобы проявлялась забота о здоровье учащихся. Изменить ситуацию возможно только координированной и взаимодополняющей деятельностью всех специалистов, связанных в своей работе с детьми. Педагоги, врачи, психологи, администраторы, родители и все, от кого зависит здоровье детей, должны приложить максимум усилий к тому, чтобы школа перестала быть фактором, наносящим вред здоровью. Но, может быть, не в традиционном понимании, когда обеспечивается соблюдение только гигиенических требований к организации образовательного процесса, а путем создания в образовательном учреждении условий, гарантирующих сохранение и укрепления здоровья. Это не должно пониматься и соблюдаться лишь в отношении «физического благополучия», но и в отношении психического и социального здоровья. Поэтому возникла необходимость в разработке и реализации программы Школьного спортивного клуба «FAKEL »

**Направления деятельности физкультурно-спортивного Клуба**

Основными направлениями деятельности школьного спортивного клуба являются:

Проведение внутришкольных и районных спортивных соревнований (товарищеских встреч между классами, спортивными командами);

Выявление лучших спортсменов класса, школы;

Награждение грамотами, дипломами, жетонами, значками лучших спортсменов, команд – победителей в школьных соревнованиях;

Поощрение лучших спортсменов и активистов клуба;

Пропаганда физической культуры и спорта в школе;

Участие учеников в спортивных конкурсах и соревнований различного уровня.

Проведение дней здоровья в школе;

Информационное обеспечение спортивной жизни школы через сменные информационные стенды, интернет и т.д.

**Актуальность и новизна программы.**

**Актуальность**программы заключается в том, что школа создает оздоровительно-развивающие условия для организации урочной и внеурочной деятельности в школе. Содержание программы заключается в комплексном, индивидуальном подходе, в диагностике, мониторинге состояния здоровья и развития в образовательном процессе и создании базы для них.

Систематического посещения занятий физической культурой и спортом учащимися 2-11-х классов школы;

Организация спортивно-массовой работы с детьми школьного возраста;

**Приоритетное назначение** программы -забота о здоровье обучающихся, осуществляемое через создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья.

Программа составлена на основе общепедагогических **принципов**: системности, научности, доступности, гуманности, учета возрастных особенностей.

**Целевая группа**

Программа **школьного спортивного клуба**разработана для обучающихся 2 – 11 классов.

**Формы (очно-заочной) работы**

Организация работы по физическому воспитанию учащихся класса, школы.

Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа.

Медицинский контроль.

Совместная работа с общешкольным родительским комитетом и родительскими комитетами классов школы.

Работа по укреплению материально-технической базы спортивного клуба школы.

Этапы реализации программы деятельности

школьного спортивного клуба

I ЭТАП (2022-23 год)

- Подбор и изучение методической литературы.

- Изучение опыта работы других школьных спортивных клубов.

- Развитие материально-технической базы.

- Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы в

школе.

- Определение уровня физической подготовленности учащихся ОУ.

II ЭТАП (2023 – 2024 учебный год)

- Расширение материально-технической базы для занятий физической

культурой.

- Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы в

школе.

- Увеличение количества спортивных учебных групп, секций.

- Увеличение количества участников спортивно-массовых мероприятий.

III ЭТАП (2024-2025 учебный год)

- Расширение материально-технической базы для занятий физической

культурой и спортом.

- Создание целостной системы физкультурно-массовой и спортивно-

оздоровительной работы в школе.

- Сдача норм ГТО.

- Анализ результативности программы деятельности школьного спортивного

клуба. Выявление проблем и определение путей их решения.

Мониторинг уровня физической подготовленности обучающихся с 2 – 11 классы.

**Цели и задачи программы**

**Цели программы:**

**-**организация и проведение спортивно-массовой работы в школе;

- формирование у обучающихся ценностного отношения к своему здоровью, привычки к активному и **здоровому** образу жизни.

**Для достижения указанных целей решаются следующие задачи:**

Привлечь учащихся школы, педагогов и родителей к систематическим занятиям физической культурой и спортом для укрепления их здоровья и формирования здорового стиля жизни;

Обеспечить внеурочную занятость детей «группы риска»;  
Развивать у школьников общественную активность и трудолюбие, творчество и организаторские способности;

Привлекать к спортивно-массовой работе в клубе педагогов, родителей учащихся школы.

Образовательные:

• Обучение простейшим организационным навыкам, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;

Воспитательные:

• Воспитание привычки к занятиям физической культурой и спортом как коллективно, так и самостоятельно.

Оздоровительные:

• Расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями;

• Укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности учащихся;

• Воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно – игровой деятельности;

• Создание представлений об индивидуальных физических возможностях, адаптивных свойствах организма и способах их совершенствования в целях укрепления здоровья;

• Обучение основам физиологии и гигиены физического воспитания, профилактики травматизма, коррекции телосложения.

**ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Личностные**:

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные** (познавательные, регулятивные, коммуникативные УУД)

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметные:**

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

— бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

— организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

— характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

— взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

— в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

— подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

— находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

— выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

**Организация работы** спортивного клуба школы

Общее руководство деятельностью спортивного клуба школы осуществляет учитель по физической культуре Панкова О.А.. Медицинский контроль осуществляет  медицинская  сестра.

**Структура Совета Клуба**  
Председатель Совета Клуба: Хаустова Кристина -7 класс  
Заместитель: Сейвальд Надежда -8 кл  
Члены Совета Клуба: Конкин Кирил -10класс, Андросов Александр-8кл.  
**Организация работы Клуба**  
Общее руководство по организации и созданию школьного спортивного клуба осуществляет директор школы или его заместитель по учебно- воспитательной работе;  
Членами школьного спортивного клуба могут быть учащиеся 2-11 классов;  
Количество членов Клуба, секций, команд не ограничивается;  
Председатель Совета Клуба, его заместитель, выбираются из состава  
членов Клуба.  
Судьи (арбитры) назначаются из числа наиболее подготовленных учащихся школы, капитанов команд.

**Права и обязанности** членов спортивного клуба школы

Члены спортивного клуба школы обязаны:  
- посещать спортивные секции по избранному виду спорта;  
- принимать активное участие в спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях школы;  
- соблюдать рекомендации школьного врача по вопросам самоконтроля и соблюдения правил личной гигиены;  
- ежегодно сдавать нормативы по физической культуре;  
- способствовать укреплению материально-спортивной базы школы;  
Члены спортивного клуба имеют право совмещать посещение секций по различным видам спорта в случае успешной учебы в школе.

**Учёт и отчётность**

В спортивном клубе школы ведется следующая документация:

-календарь спортивно-массовых мероприятий на учебный год;  
-журнал учета занятий в спортивных секциях и группах общефизической подготовки;  
-журнал по технике безопасности;

**Расписание работы клуба**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дни недели** | **время** | **Перерыв** |
| **Понедельник** | **0950-1010**  **1050-1110**  **1150-1210** |  |
| **Вторник** | **0950-1010**  **1050-1110**  **1150-1210** |  |
| **Среда** | **1800-1840**  **1840-1920** |  |
| **Четверг** | **0950-1010**  **1050-1110**  **1150-1210** |  |
| **Пятница** | **0950-1010**  **1050-1110**  **1150-1210** |  |
| **Суббота** | **Выходной** |  |
| **Воскресенье** | **1100-1300**  **1800-1920** |  |
| **Итого** | **13 часов** |  |

**Содержание учебного плана**

|  |
| --- |
| ***Направления*** |
| **Лыжныегонки** |
| **Полиатлон** |
| **Волейбол (пионербол)** |
| **Баскетбол** |
| **Гиревой спорт** |
| **Шахматы** |
|  |

**Календарно –тематическое планирование программы «Лыжные гонки, Полиатлон»**

1 час в неделю, 34 недели, всего 35 часов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока |  | Тема урока | Месяц | Дата |
|  | теория | Охрана труда №27 Основные правила соревнований. | Сентябрь |  |
|  | ОФП | Бег ОРУ беговые упражнения. |  |
|  | Силовые упражнения с собственным весом. |  |
|  | Бег по пересечённой местности. |  |
|  | Иммитация лыжного хода в подъём.. |  |
|  | Бег. ОРУ беговые упражнения. Работа с набивными мячами. | Октябрь |  |
|  | **Полиатлон** | Силовые упражнения с собственным весом. |  |
|  | Силовые упражнения с отягощением. |  |
|  | Техника безопасности при стрельбе. |  |
|  | Стрельба из положения лёжа. |  |
|  | Стрельба из положения сидя. | Декабрь |  |
|  | Стрельба из положения стоя. |  |
|  | Суд-ство | Особенности судейства по полиатлону. |  |
|  | Сорев-ие | Общешкольное соревнование по полиатлону. |  |
|  | СФП | Техника лыжных ходов. |  |
|  | ОРУ силовые упражнения с собственным весом. | Январь |  |
|  | **Лыжные гонки** | Двухшажный попеременный лыжный ход. |  |
|  | Одновременный одношажный лыжный ход. |  |
|  | Одновременный безшажный лыжный ход. |  |
|  | Подъём в контр уклон. | Март |  |
|  | Спуск с горы в стойке отдыха. |  |
|  | Торможение и повороты. |  |
|  | Сорев-ие | Общешкольное соревнование по лыжным гонкам. |  |
|  | СФП | Техника выполнения силовых упражнений. |  |
|  | Бег. ОРУ челночный бег 3х10 м. СФП |  |  |
|  | **Полиатлон** | Силовые упражнения с собственным весом. | Апрель |  |
|  | Силовые упражнения с отягощением. |  |
|  | Стрельба из различных положений. |  |
|  | Отжимание с лёгким весом, подтягивание с лёгким весом. |  |
|  | Стрельба из различных положений. |  |
|  | ОФП | Бег 2 км. По пересечённой местности. | Май |  |
|  | **Лыжные гонки** | Бег ОРУ беговые упражнения. |  |
|  | Силовые упражнения с собственным весом. |  |
|  | Бег по пересечённой местности. |  |
|  | Иммитация лыжного хода в подъём.. |  |

**Календарно –тематическое планирование программы «Волейбол, Баскетбол, Гиревой спорт»**

1 час в неделю, 34 недели, всего 35 часов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока |  | Тема урока | Месяц | Дата |
|  | теория | Охрана труда №59 Основные правила игры. | Сентябрь |  |
|  | ОФП | Бег ОРУ беговые упражнения. |  |
|  | Силовые упражнения с собственным весом. |  |
|  | Бег по пересечённой местности. |  |
|  | Теория | Основные правила игры в баскетбол. |  |
|  | ОФП | Бег. ОРУ беговые упражнения. Работа с набивными мячами. | Октябрь |  |
|  | **Басктбол** | Бросок мяча двумя руками от груди. |  |
|  | Бросок мяча одной рукой от плеча. |  |
|  | Бросок мяча в кольцо с расстояния 6.25 м. |  |
|  | Передача мяча от груди двумя руками с отскоком и без. |  |
|  | Передача мяча от щита. | Декабрь |  |
|  | Навесная передача мяча в контратаке. |  |
|  | Суд-ство | Особенности судейства спортивной игры баскетбол. |  |
|  | Сорев-ие | Общешкольное соревнование по баскетболу. |  |
|  | Теория | Основные правила игры в волейболе. |  |
|  | СФП | ОРУ силовые упражнения с собственным весом. | Январь |  |
|  | **Волейбол** | Верхняя передача мяча над собой. |  |
|  | Верхняя передача мяча через сетку. |  |
|  | Верхняя передача мяча в зону 2 и 4. |  |
|  | Нижняя передача мяча над собой. | Март |  |
|  | Нижняя передача мяча через сетку. |  |
|  | Нижняя подача через сетку в зону 2, 4 и 6. |  |
|  | Сорев-ие | Общешкольное соревнование по волейболу. |  |
|  | Теория | Основные правила игры в настольный теннис. |  |
|  | СФП | Бег. ОРУ челночный бег 3х10 м. СФП |  |  |
|  | **Гиревой спорт** | Силовые упражнения с собственным весом. | Апрель |  |
|  | Силовые упражнения с отягощением. |  |
|  | Гиревые упражнения с лёгким весом. |  |
|  | Толчок гири от груди. |  |
|  | Рывок гири. |  |
|  | ОФП | Бег 2 км. По пересечённой местности. | Май |  |
|  | **Стрит бол** | Ведение мяча по прямой с броском по кольцу. |  |
|  | Ведение мяча с изменением направления и скорости. |  |
|  | Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. |  |
|  | Судей-во | Особенности судейства футбольных матчей «Феер-плей». |  |

**Планирование** работы клуба

Внеклассная физкультурно-спортивная работа в школе планируется на учебный год.

Программой клуба предусмотрена организация спортивных секций по различным видам спорта.

План утверждает директор и доводит до сведения педагогического коллектива школы.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **№** | **Мероприятие** | **Место проведения** | **Ответственный** |
| сентябрь |  | I этап президентских спортивных состязаний.  Все классы. | Спортзал  школы | Учителя физкультуры |
|  | Всероссийский день бега Кросс наций. | Асино | ДЮСШ-2 |
| ноябрь |  | I этап Олимпиады по физической культуре | Спортзал  школы | Учителя физкультуры |
| декабрь |  | Соревнования по баскетболу. | Асино | ДЮСШ-1 |
|  | Соревнования по гиревому спорту. | Асино | ДЮСШ-1 |
| январь |  | Соревнования по полиатлону | Спортзал школы  Лыжная база | Учителя физкультуры |
|  | Лично-командное первенство района по полиатлону. | Асино | ДЮСШ-2 |
|  | Лично-командное первенство района по лыжным гонкам на приз 370-й стрелковой дивизии. | Асино | ДЮСШ-2 |
| март |  | ХХХIХ-ая открытая Всероссийская массовая лыжная гонка «Лыжня России-2023» | Асино | ДЮСШ-2 |
|  | Лично-командное первенство района по лыжным гонкам среди учащихся младшего школьного возраста. | Асино | ДЮСШ-2 |
| апрель |  | Соревнования по баскетболу на призы Смагина | Асино | Гимназия № 2 |
|  | Всемирный день здоровья по особому плану. | Школа | Учителя физкультуры |
|  | Соревнование по лёгкой атлетике. | Асино | ДЮСШ-1 |
| май |  | II этап президентских состязаний.  Все классы. | Спортзал школы | Учителя физкультуры |
|  | Контрольные испытания для выпускных классов. | Школа | Учителя физкультуры |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | *Контроль  и  руководство*  Анализ хода выполнения поставленных задач и проведения спортивно-массовых мероприятий | В течении года |
| 2 | Корректировка работы клуба | Март |
| 3 | Составление и утверждение календарно-тематических планов тренировочных занятий на учебный год | Сентябрь |
| 1 | *Финансово – хозяйственная  деятельность*  Ремонт спортивного зала, инвентаря. | В течении года |
| 2 | Подготовка спортивных площадок | Май-июль |

**Планируемые результаты**

На основании спортивных побед присваиваются награды. Все спортивные грамоты, завоеванные спортсменами, выдаются им на руки, а ксерокопии вывешиваются на спортивном стенде и сайте школы.